

Таблица

Перечень зрительных нагрузок, рекомендуемых для детей 3 – 4 лет

Острота зрения		0,01 – 0,3	0,4 – 1,0
Зрительная нагрузка		№ 1	№ 2
Характеристика учебно – наглядных пособий:	цвета:	Преимущественно оранжевый, красный, зеленый и их оттенки	Разнообразные
	размеры:	Преимущественно больше 2 см	Преимущественно меньше 2 см
	формы:	Разнообразные	Преимущественно объемные
Факторы, учитываемые во время занятий со зрительной нагрузкой:	время:	Утро, полдень, вечер	Утро, полдень, вечер
	количество занятий в день:	2	3
	продолжительность занятий:	10 минут	15 минут
Вид косоглазия	сходящееся	Не учитывается	Упражнения на расслабление конвергенции
	расходящееся	Не учитывается	Упражнения на усиление аккомодации
	нет	Не учитывается	Занятия с привлечением к работе всех анализаторов

Таблица

Перечень зрительных нагрузок, рекомендуемых для детей 5 – 7 лет

Острота зрения		0,01 – 0,3			0,4 – 1	
Фиксация		Нецентральная устойчивая	Центральная и нецентральная неустойчивая	Центральная		
Характер зрения		Не учитывается	Не учитывается	Монокулярное, монокулярно – альтернирующее, одновременное		
Вид косоглазия		Не учитывается	Не учитывается	Сходящееся	Расходящееся	Нет
Зрительная нагрузка		№ 3	№ 4	№ 5	№ 6	№ 7
Характеристика учебно – наглядных пособий:	цвета:	Преимущественно оранжевый, красный, зеленый и их оттенки	№ 3	Разнообразные	№ 5	№ 5
	размеры:	Преимущественно до 2 см	№ 3	Разнообразные	№ 5	№ 5
	формы:	Разнообразные	№ 3	Преимущественно объемные	№ 5	№ 5
Факторы, учитываемые во время занятий со зрительной нагрузкой:	время:	Утро и вечер	Полдень и близко к полудню	Любое	№ 5	№ 5
	кол-во занятий в день:	2	2 – 3	2	2	2
	продолжительность занятий:	15 минут	15 минут	20 минут	20 минут	20 минут
Отличительные особенности нагрузки			Занятия на локализацию	Упражнения на расслабление конвергенции	Упражнения на усиление аккомодации	Упражнения на стереоприборах, игрушки стереоскопического типа, решетка для читающих

